
Inhaltsverzeichnis

Teil I Aktueller Forschungsstand zu Orthorexia nervosa

1 Orthorektisches Verhalten	3
Svenja Humme	
1.1 Die Person Steven Bratman	5
1.1.1 Bratmans Leidensgeschichte	5
1.1.2 Bratmans „Heilung“	8
1.2 Merkmale von Orthorexia nervosa	10
1.3 Kritische Reflexion	14
2 Ursachen der Orthorexia nervosa	17
Julia Depa	
2.1 Auslöser für das orthorektische Essverhalten	17
2.2 Die sieben Ursachen nach Bratman	18
2.3 Einfluss von Ernährungslehrern, Ernährungsratgebern und Medien	21
2.4 Einfluss gesellschaftlicher Werte und Normen	23
2.5 Einfluss von emotionalen Dynamiken und Persönlichkeitsmerkmalen	24
2.6 Fazit	25
2.7 Zusammenfassung	26
3 Folgen der Orthorexia nervosa	29
Svenja Humme	
3.1 Mangel- und Fehlernährung	29
3.2 Soziale Isolation und eingeschränkte Lebensqualität	31
3.3 Fallbeispiel einer jungen Orthorektikerin	32
3.4 Fazit	33
3.5 Zusammenfassung	34

IX

4 Klassifikation der Orthorexia nervosa	35
Julia Depa	
4.1 Orthorexia eine Zwangsstörung?	36
4.2 Orthorexia eine Essstörung?	37
4.3 Orthorexia eine Kombination aus einer Zwangsstörung und Essstörung?	44
4.4 Orthorexia ein Risikofaktor für eine schwere Essstörung?	44
4.5 Orthorexia: psychische Störung, Modeerkrankung oder Lebensstil?	45
4.6 Die orthorektische Gesellschaft	47
4.7 Vorgeschlagene Diagnosekriterien für Orthorexia nervosa	48
4.8 Fazit	50
4.9 Zusammenfassung	51
5 Instrumente zur Messung von Orthorexia nervosa	55
Julia Depa	
5.1 Bratman Orthorexia Test	55
5.2 ORTO-15	58
5.3 ORTO-11	61
5.4 Orthorexia Screen	62
5.5 Eating Habits Questionnaire	63
5.6 Düsseldorfer Orthorexia Skala	66
5.7 Fazit	67
5.8 Zusammenfassung	70
6 Behandlung der Orthorexia nervosa	71
Svenja Humme	
6.1 Therapievorstellungen und -formen	71
6.1.1 Psychotherapie	72
6.1.2 Ernährungstherapie	73
6.2 Kritische Reflexion	74
6.3 Zusammenfassung	75
7 Prävalenz der Orthorexia nervosa	77
Julia Depa und Svenja Humme	
7.1 Verbreitung der Orthorexia nervosa	77
7.2 Soziodemografische Variablen im Zusammenhang mit Orthorexia nervosa	82
7.3 Fazit	86
7.4 Zusammenfassung	86

Teil II Eigene Forschungsergebnisse

8 Weist das Essverhalten von Oecotrophologie-Studentinnen orthorektische Merkmale auf?	89
Svenja Humme	
8.1 Qualitative Vorgehensweise	90
8.1.1 Untersuchungsdesign: das leitfadenorientierte Interview	91
8.1.2 Methode: Analyse der orthorektischen Merkmale	93
8.2 Untersuchungsergebnisse	98
8.3 Diskussion der Untersuchungsergebnisse	100
8.4 Zusammenfassung	102
9 Bekanntheit, Vorkommen und Klassifizierung von Orthorexia nervosa in der psychotherapeutischen Berufspraxis	103
Julia Depa	
9.1 Methode der Untersuchung	105
9.2 Ergebnisse	106
9.3 Diskussion und Schlussfolgerungen	112
9.4 Zusammenfassung	114
Teil III Die abendländische ideengeschichtliche Produktion von rigiden radikalen Ernährungs- und Schlankheitsvorstellungen	
10 Problemaufriss	119
11 Pythagoras und Platon	127
12 Politische, philosophische und religiöse Einflüsse auf das Schlankheitsideal und das orthorektische Essverhalten	133
13 Katechon	137
14 Die Kriegserklärung gegen Adipositas – eine mögliche Legitimation der Orthorexia nervosa	141
15 Exkurs: Die Angst, nicht schlank zu sein	143
16 Der abendländische Wert der Mäßigung	147

17 Der Prozess der Zivilisation	153
18 Der Aufgeklärte Absolutismus und der Eingriff in den Körper	157
19 Verwissenschaftlichung des Essens	161
20 Ergänzende Aspekte	163
21 Bündelung der zentralen Argumentationsstränge	167
Teil IV Fazit	
22 Zusammenfassung und Ausblick	173
22.1 Zusammenfassung zum Begriff Orthorexia nervosa	173
22.2 Geschichtliche Determinanten	173
22.3 Nosologie	175
22.4 Ätiopathogenese	175
22.5 Diagnostik	176
22.6 Therapeutisches Vorgehen	177
Literaturverzeichnis	179